

УДК 617.753.2-057.87

МІОПІЯ В УЧНІВ СЕРЕДНІХ КЛАСІВ

А. О. Синько

Національний медичний університет імені О.О Богомольця, просп. Перемоги, 34, Київ, 01601, Україна

Метою роботи є дослідження міопії в учнів середніх класів, встановлення факторів, що впливають на виникнення даної патології, аналіз розвитку хвороби та методи профілактики, аналіз розвитку хвороби. Міопія на сьогодні є найпоширенішим захворюванням, яке особливо інтенсивно розвивається у дитячому і шкільному віці, причому зі збільшенням шкільного стажу кількість дітей із короткозорістю збільшується, а її ступінь зростає. Короткозорість пов'язана переважно з тривалою зоровою роботою на близькій відстані, особливо в недостатньому чи неправильному освітленні та у поганих гігієнічних умовах. Таким чином, міопія – це актуальна проблема охорони здоров'я.

Міопія (короткозорість) – це часта патологія рефракції ока при якій зображення предметів формується перед сітківкою. У людей з міопією або збільшена довжина ока – осьова короткозорість, або рогівка має велику заломлюючу силу, через що виникає невелика фокусна відстань – рефракційна короткозорість. У результаті людина розрізняє далекі об'єкти розмито, адже у людей з нормальним зором фокусування світла відбувається безпосередньо на сітківці. За ступенем важкості міопія буває: слабкого ступеня (до 3 діоптрій), середнього (від 3 до 6 діоптрій) та висока (понад 6 діоптрій), також виділяють вроджену короткозорість, спадкову та набуту. У більшості випадків вроджена та спадкова короткозорість проявляються вже в ранньому дитячому віці. Суть полягає в тому, що дитина отримує в спадок певну форму очного яблука. Набута короткозорість виникає у віці 7-16 років, при зоровому перевантаженні ока [2].

Головні симптоми короткозорості – це пониження гостроти зору вдалину, наявність плаваючих перед оком напівпрозорих плям, швидка стомлюваність очей при зоровій роботі на близькій відстані, що супроводжується сильними головними болями [1].

Короткозоркість як захворювання *не лікується*, тому що на сьогодні неможливо змінити форму ока. Короткозорість можна лише корегувати. Методи корекції: окулярна корекція, корекція контактними лінзами, рефракційна лазерна корекція. Останній вид лікування здобуває все більшу популярність. При міопії слабкого й середнього ступеня лазером зрізують дуже тонкий шар з роговиці, у результаті чого короткозорість повністю проходить. При високих ступенях міопії така операція не допомагає, тому таким хворим видаляють кришталик, замінюючи його індивідуально підібраною,

м'якою лінзою. Для людей, у яких короткозорість викликана спазмами м'язів, що відповідають за фокусування очей – існує спеціальна терапія. Таким пацієнтам рекомендуються різні вправи, які поступово покращують зір [3].

Профілактика розвитку короткозорості ефективна в шкільному віці. До групи ризику входять діти, батьки яких мають міопічну рефракцію. Рекомендують обмеження зорової роботи на близькій відстані, дотримання усіх вимог гігієни, правильна осанка без зайвого нахилу голови при читанні і письмі, чергування кожних 30–40 хвилин зорової роботи з 10–15 хвилин відпочинку, раціональне харчування, загальне зміцнення організму [4]. Були обстежені 325 учнів середніх класів, які навчаються в середній загальноосвітній школі № 285 м. Києва. Міопію було виявлено в 60 учнів (18,4%), серед яких міопія слабого ступеня становила 9,3%; середнього ступеня – 5,2% та високого ступеня – 4%. Аналізуючи анкети, що були запропоновані для учнів, ми оцінили психологічний стан дітей, а також встановили значне порушення дітьми режимних моментів.

Аналізуючи дані, ми зробили висновок про те, що міопія на сьогодні є серйозним захворюванням, що значно погіршує якість життя хворих, знижує працездатність. Міопія не лікується, а лише корегується, саме тому необхідно підтримувати здоровий спосіб життя та приділяти значну увагу для профілактики даної патології.

Література

1. Аветисов Э. С. Близорукость / Аветисов Э. С. – [2-е изд., перераб. и доп.] – М.: Медицина, 1999. – 288 с.
2. Ковалевский Е. И. Офтальмология: ученик / Ковалевский Е. И. – М.: Медицина, 1995. – 480 с.
3. Киваев А. А. Контактная коррекция зрения / А. А. Киваев, Е. И. Шапиро. – М.: АДМ Сервис, 2000. – 224 с.
4. Линкова И. Я. Ты и твоё зрение / Линкова И. Я. – М.: Просвещение, 2001. – 144 с.